



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Часто задаваемые вопросы об электронных устройствах для курения

Эта информация содержит ответы на часто задаваемые вопросы об электронных устройствах для курения, а также указывает ресурсы, помогающие людям отказаться от курения.

Что такое электронные устройства для курения?

Электронные устройства для курения — это аккумуляторные устройства, которые могут выглядеть и давать такие же ощущения, как и обычные сигареты. К ним относятся:

- электронные сигареты;
- испарители;
- вейп-ручки;
- Juul;
- кальяны;
- электронные трубки.

Электронные устройства для курения не сжигают табак, как обычные сигареты. Вместо табака в этих устройствах используются картриджи с жидкостью, содержащей никотин, ароматизаторы и другие химические вещества. Аккумулятор нагревает жидкость, превращая ее в пар или

водяную пыль, которую вы вдыхаете.

Использование электронных устройств для курения также называют вейпингом, вейперизмом, джулингом или электронным курением.

Все ли электронные устройства для курения безопасны?

Долгосрочные риски для здоровья, связанные с использованием электронных устройств для курения, до сих пор не известны. Необходимо провести дополнительные исследования безопасности электронных устройств для курения.

Электронные устройства для курения содержат никотин и другие химические вещества, хотя они и не наполняют ваши легкие дымом. Пары в электронных сигаретах состоят из воды и химических веществ. Эти химические вещества могут вызывать проблемы с дыханием у некоторых людей.

В 2016 году Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств США (FDA) установило правила производства, продажи и маркетинга всех табачных изделий. К таким изделиям относятся электронные устройства для курения. На всех табачных изделиях есть предупреждения об их вреде для здоровья. Лица моложе 18 лет не могут покупать табачные изделия.

Использование Juul безопаснее вейпинга?

Нет. Использование Juul не безопаснее, чем вейпинг или любое другое электронное устройство для курения. Juul может быть более вредным, чем вейпинг или другие устройства.

Это устройство поставляется с картриджами, наполненными жидкостью с различными вкусами. Такие картриджи содержат никотин. Количество никотина в 1 картридже Juul такое же, как в пачке сигарет.

Никотин, содержащийся в Juul, всасывается в кровь. Пар Juul легче и его

проще вдыхать. Из-за этого вы скорее всего вдохнете больше никотина в течение более длительного периода времени.

Кроме того, в картриджах Juul больше бензойной кислоты, чем в других электронных устройствах для курения. Известно, что бензойная кислота вызывает:

- кашель;
- боль в горле;
- боль в брюшной полости (животе);
- тошноту (ощущение подступающей рвоты);
- рвоту.

Безопасно ли использовать электронные сигареты с ацетатом витамина Е?

Нет. Вдыхание ацетата витамина Е может вызывать проблемы с дыханием. Не добавляйте никакие вещества в электронные устройства для курения, даже если вы приобрели их в надежном магазине. Это касается и ацетата витамина Е.

Помогают ли электронные устройства для курения бросить курить?

Электронные устройства для курения не являются одобренным FDA методом отказа от курения. Мы не знаем, помогают ли электронные устройства для курения бросить курить или только усложняют это.

Хотя все еще необходимы исследования, некоторые люди используют электронные устройства для курения, чтобы:

- сократить количество вредных химических веществ, содержащихся в обычном сигаретном дыме;
- справиться с симптомами никотиновой зависимости;

- меньше курить или вообще отказаться от этой привычки;
- не начать курить снова (не вернуться к этой привычке).

Хотя некоторые люди при использовании электронных устройств для курения могут выкуривать меньшее количество обычных сигарет, возможно, что они не бросят курить окончательно. Если вы пытаетесь бросить курить, используйте безопасные и проверенные методы, например, никотиновые пластыри, жевательные резинки или леденцы.

Можно ли использовать электронные устройства для курения в больнице?

Нет. Использование электронных устройств для курения запрещено во всех отделениях MSK.

Как мне отказаться от курения?

Есть множество ресурсов, которые помогут вам бросить курить, включая лекарства и консультирование. В центре MSK есть специалисты, которые могут помочь вам бросить курить. Программа открыта для всех. В программе лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program, TTP) используются различные методы отказа от курения, в том числе индивидуальные и групповые консультации. Специалисты по лечению табакозависимости также могут выписать вам безопасные и эффективные лекарства, которые помогут уменьшить желание курить.

Для получения дополнительной информации о Программе лечения табакозависимости позвоните по номеру 212-610-0507 или перейдите по ссылке www.msk.org/tobacco.

Вы также можете посмотреть этот видеоролик:



Пожалуйста, посетите www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/video/quitting-smoking-msk-tobacco-treatment чтобы посмотреть это видео.

Для получения дополнительной информации о том, как бросить курить, ознакомьтесь с материалом *Рекомендации по лечению табакозависимости для пациентов и членов их семьи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/tobacco-treatment-guide).

Дополнительные материалы

Бесплатная горячая линия Национального института рака (National Cancer Institute, NCI) для желающих бросить курить

877-448-7848

www.smokefree.gov

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society, ACS)

800-227-2345

www.cancer.org/cancer/cancer-causes/tobacco-and-cancer

Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств США (Food & Drug Administration, FDA)

[www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/vaporizers-e-cigarettes-and-other-electronic-nicotine-delivery-systems-electronic smoking devices](http://www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/vaporizers-e-cigarettes-and-other-electronic-nicotine-delivery-systems-electronic-smoking-devices)

OnCancer: новости и аналитические данные из центра Memorial Sloan Kettering (MSK)

www.msk.org/blog/are-electronic-cigarettes-safer-use-conventional-cigarettes

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Frequently Asked Questions About Electronic Smoking Devices - Last updated on October 21, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center